

POWER } SLIM®

KERSTMENU 2013



VLEES

Carpaccio met bbq nootjes 2p



Bereidingswijze

Verdeel de carpaccio over 2 borden. Leg in het midden van ieder bord een plukje rucola. Schaaf met een dunschiller of kaasschaaf lange linten van de komkommer en drapeer over de sla, samen met de ui, tomaat partjes en avocado. Bestrooi royaal met peper en zout. Strooi als laatste de BBQ nootjes en geraspte parmezaanse kaas over de carpaccio.

Ingrediënten

- 2 porties carpaccio
- 1 zakje Power Slim BBQ nootjes
- Rucola sla
- Komkommer
- 1 tomaat in partjes
- ½ rode ui in halve ringen
- ½ avocado in parten
- Parmezaan
- Versgemalen zout/peper

Varkenshaas met mosterdsaus 2p



Bereidingswijze

Fruit de sjalot in 1 el olijfolie. Voeg de wijnazijn en 100 ml witte wijn toe en laat tot ongeveer 1/3 inkoken. Voeg een flinke eetlepel mosterd toe en 1 tl bouillonpoeder. Voeg de slagroom toe en laat nog heel even koken. De saus dikt verder in als je hem van het vuur afhaalt. Eventueel naar smaak meer mosterd toevoegen. Bak de varkenshaasjes ca 5 minuten aan beide zijden. Bak in een andere, droge koekenpan de rauwe ham knapperig. Verwarm ondertussen de zuurkool in een pannetje samen met de overige witte wijn en de kruidnagels. Serveer de varkenshaasjes met de mosterdsaus, zuurkool en rauwe ham.

Ingrediënten

- 400 g kruidenzuurkool
- 4 plakken rauwe ham
- 2 varkenshaasjes
- 100 ml witte wijnazijn
- 125 ml witte wijn
- 200 ml slagroom
- Franse mosterd
- ½ sjalotje fijngesnipperd
- Bouillonpoeder
- 3 kruidnagels
- Olijfolie

Koffie met Power Slim bonbons 2p



Een makkelijk en feestelijk dessert maak je door koffie mooi op te dienen met in driehoekjes gesneden Power Slim repen.

Ingrediënten

- 2 halve Power Slim repen
- Lekkere koffie
- Zoetjes naar smaak

VIS

Tonijntartaar met kappertjes en sojasaus 2p



Voorgerecht
Tonijntartaar

Bereidingswijze

Doe de tonijn, kappertjes, ui en bieslook samen in een kom en voeg 1 el olie toe. Pak een kopje en vul deze met de tonijn mix en plaats deze omgekeerd op het bord. Mix 2 el sojasaus en 2 el Griekse yoghurt. Giet de saus rondom de tonijntartaar.

Ingrediënten

- 150 g verse tonijn in kleine blokjes gesneden
- 2 el kappertjes
- ½ ui heel fijn gesnipperd
- Bieslook fijngehakt
- 1 el olijfolie
- 1 el Griekse yoghurt (0% vet)
- Peper en zout
- 1 el Kikkoman sojasaus

TIP: ook lekker voor op de Power Slim toastjes.

Zalm met wittewijnsaus met lauwwarne venkelsalade 2p



Hoofdgerecht
Zalm met
wittewijnsaus

Bereidingswijze

Schep de sjalot en de peterselie in een wijde pan en schenk de wijn en de fond erbij. Bewaar wat peterselie voor de garnering. Breng dit aan de kook en laat het vocht inkoken tot er nog ongeveer 50 ml over is. Zeef dit boven een andere pan en roer de room erdoor. Laat de saus opnieuw inkoken tot hij iets dikker wordt. Breng op smaak met zout en peper. Bestrijk de zalmfilets aan beide kanten met gesmolten boter. Leg de filets in een hete grillpan en bak ze in 4-6 minuten op middelhoog vuur tot er mooi bruine strepen ontstaan, keer ze halverwege de baktijd. Schep de wijnsaus op 4 warme borden en leg de zalmfilet erin. Bestrooi met de achtergehouden peterselie.

Ingrediënten

- 2 zalmfilets
- ½ sjalot, gesnipperd
- 1 takjes verse peterselie (zakje a 30 g)
- 200 ml fles droge witte wijn
- 100 ml visfond (pot a 380 ml)
- 125 ml slagroom
- 10 g boter, gesmolten

Bereidingswijze

Snijd de venkelknol overlangs doormidden en dan in zo dun mogelijke plakjes. Pocheer de plakjes 1 minuut in kokend water (de venkel pas toevoegen als het water kookt). Meng het citroensap met de olijfolie en de kappertjes en giet de saus over de venkel.

Ingrediënten

- 1 stevige venkelknol
- ½ kop vergine olijfolie
- Sap van 1 citroen
- Kappertjes

Chocoladesoufflé 2p



Nagerecht
Chocoladesoufflé

Bereidingswijze

Verwarm de oven op 175 graden. Meng het poeder voor de chocoladecake met 75 ml water. Maak met een stuk keukenpapier met citroensap een kom vetvrij. Klop het eiwit stijf totdat er pieken blijven staan. Schep vervolgens voorzichtig het chocolademengsel door de eiwitten (niet roeren) en schep dit vervolgens in 2 soufflé schaaltes. Plaats ca. 20 - 25 minuten in de oven.

Ingrediënten

- 1 zakje Power Slim instant chocoladecake
- 1 eiwit
- 2 ovenschaaltjes
- Citroensap

HAPJES

Bruschetta



Bereidingswijze

Verwarm de oven op 190 graden. Verhit de olijfolie in een koekenpan en voeg hier de uit, tomaat, knoflook en basilicum aan toe en fruit deze kort. Snijd ondertussen de mozzarella in plakjes. Haal de koekenpan van het vuur. Leg de toastjes op een rooster en schep hierop het tomatenmengsel, verdeel vervolgens hier de mozzarella plakjes overheen. Schuif het rooster in de oven en wacht totdat de kaas smelt. Haal de bruschetta eruit en garneer met een basilicumbladje.

Ingrediënten

- Power Slim bruschetta toast
- 2 tomaten in blokjes
- ½ ui gesnipperd
- 1 teentje knoflook gehakt
- 6 blaadjes verse basilicum gehakt
- ½ theelepel oregano (gedroogd)
- Peper en zout
- 4 mini bolletjes mozzarella light
- 1 el olijfolie

Makreelschuitjes



Bereidingswijze

Mix de kleine stukjes makreel met mayonaise, citroensap, dille en peper met een staafmixer tot een mooie mousse. Leg de grote witlofblaadjes op een bord en vul ze met de makreelmousse tot mooie schuitjes.

Ingrediënten

- 1 gerookte makreel, schoongemaakt
- 2 stronkjes witlof, blaadjes losgehaald
- 3 el mayonaise
- 1 el citroensap
- 1 tl dille, vers fijngeknipt
- Peper

Sojabolletjes



Een makkelijk en feestelijk borrelhapje zijn de sojabolletjes. Serveer de verschillende smaken in leuke kleine kommetjes.

Ingrediënten

- Sojabolletjes, smaak naar keuze.